

献立表

6月18日～6月24日

18日 (月)	つくね ハンバーグ	竹の子山椒風味 コールスロー・他	エネルギー 306 kcal 蛋白質 11.1 g 脂質 17.1 g 塩分 2.6 g
19日 (火)	タラと豆腐の 田楽	じゃが芋の煮物 もやしのカレー炒め・他	エネルギー 462 kcal 蛋白質 31.5 g 脂質 23.0 g 塩分 3.2 g
20日 (水)	豚肉の天ぷら	玉葱とピーマンの甘酢和え 切干大根煮・他	エネルギー 429 kcal 蛋白質 13.8 g 脂質 19.8 g 塩分 2.3 g
21日 (木)	アジの塩焼き	ふきのおかか煮 ビーフンソテー・他	エネルギー 378 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 17.3 g 塩分 2.0 g
22日 (金)	ハッシュド ビーフ	糸こんにゃくと茎ワカメの煮物 ツナと野菜のサラダ・他	エネルギー 409 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 24.0 g 塩分 3.7 g
23日 (土)	白身魚の 唐揚げ	レンコンとがんもの炊き合わせ 切干大根サラダ こんにゃくピリ辛煮 ブロッコリー胡麻和え・他	エネルギー 322 kcal 蛋白質 14.2 g 脂質 16.0 g 塩分 2.5 g
24日 (日)			エネルギー kcal 蛋白質 g 脂質 g 塩分 g

* 仕入れの都合により献立が変わる場合があります。ご了承下さい。